



## Programa preventivo “Para vivir sin adicciones”. CATÁLOGO DE SERVICIOS.

SERVICIO	POBLACIÓN	DESCRIPCIÓN	EJES/ TEMAS
<b>Actividades formativas, culturales, artísticas, deportivas y lúdicas en Clubes por la Paz</b>	Personas y grupos de la comunidad, de 3 años de edad en adelante.	En todo el país, nuestras unidades de atención ofrecen espacios de encuentro comunitario para la promoción de la salud mediante actividades formativas, culturales, artísticas, deportivas y lúdicas.	<ul style="list-style-type: none"><li>– Alfabetización, asesorías académicas, hábitos de estudio, clases de computación, nutrición, idiomas, serigrafía, bisutería, cursos de economía doméstica, estrategias para la búsqueda de empleo, etc.</li><li>– Canto, música, talleres de dibujo y acuarela, poesía, fotografía, círculos de lectura, danza, etc.</li><li>– Acondicionamiento físico, basquetbol, fútbol, box, artes marciales, karate, combate sin contacto, capoeira, yoga, zumba, etc.</li><li>– Manualidades, papiroflexia, torneos de ajedrez, talleres de tejido y bordados, juegos de mesa o interactivos, etc.</li></ul>
<b>Cursos de verano y de otros periodos vacacionales</b>	Niñas, niños y adolescentes de 3 a 12 años.	Los cursos se desarrollan en nuestras Unidades de atención, mediante actividades educativas y lúdicas para fomentar valores, hábitos saludables, el cuidado del ambiente y habilidades para la vida.	<ul style="list-style-type: none"><li>– Valores universales</li><li>– Habilidades para el manejo de emociones, relaciones interpersonales, pensamiento creativo y crítico</li><li>– Salud mental y emocional</li><li>– Autocuidado y cuidado del ambiente</li></ul>
<b>Conferencias, pláticas y jornadas informativas o foros de discusión</b>	Grupos de personas de 6 años en adelante, de cualquier contexto (familiar, escolar, laboral, comunitario, de salud, virtual).	Espacios de intercambio de ideas e información científica sobre las drogas y sus efectos, prevención de adicciones y de las violencias; cuidado de la salud física y mental.	<ul style="list-style-type: none"><li>– Nicotina: tabaco/ vapeadores</li><li>– Alcohol</li><li>– Otras drogas</li><li>– Factores de riesgo asociados al uso de drogas</li><li>– Factores de protección</li><li>– Violencias</li><li>– Salud mental y emocional</li></ul>



SERVICIO	POBLACIÓN	DESCRIPCIÓN	EJES/ TEMAS
<b>Talleres con infancias para fortalecer habilidades para la vida</b>	Niñas y niños de 6 a 11 años.	Espacios que refuerzan prácticas saludables, autocuidado, apego familiar y escolar, como recursos protectores ante el consumo de drogas y violencias.	<ul style="list-style-type: none"><li>- Hábitos saludables: alimentación, actividad física, higiene y sueño</li><li>- Autoconocimiento y autoestima</li><li>- Autocuidado de la salud física y emocional</li><li>- Prevención de abuso sexual</li><li>- Identificación y manejo de emociones</li><li>- Técnicas y hábitos de estudio</li></ul>
<b>Talleres de competencias sociales y emocionales en la adolescencia</b>	Adolescentes de 12 a 17 años.	Espacios para fortalecer progresivamente, habilidades y competencias para el afrontamiento de situaciones como el consumo de alcohol y otras drogas, prácticas sexuales de riesgo, embarazos no planificados, conductas antisociales, etc.	<ul style="list-style-type: none"><li>- Pensamiento crítico</li><li>- Toma de decisiones</li><li>- Manejo de emociones y malestar emocional</li><li>- Autocontrol</li><li>- Empatía</li><li>- Comunicación asertiva</li><li>- Resistencia a la presión de pares</li><li>- Vínculos positivos</li><li>- Redes de apoyo</li></ul>
<b>Programa de voluntariado para la promoción de la salud mental y prevención de adicciones en la comunidad</b>	Población general; principalmente jóvenes de 18 a 29 años.	Programa que impulsa la participación voluntaria de la comunidad para diseminar mensajes y actividades preventivas y de promoción de la salud en su entorno, con el acompañamiento de especialistas en salud mental y adicciones.	<ul style="list-style-type: none"><li>- Servicio social</li><li>- Prácticas académicas</li><li>- Promotores/as de salud</li><li>- Jóvenes Construyendo el Futuro</li><li>- Voluntarios/as de apoyo</li><li>- Patronatos</li></ul>



SERVICIO	POBLACIÓN	DESCRIPCIÓN	EJES/ TEMAS
<b>Círculos de lectura y talleres de orientación familiar</b>	Padres, madres y tutores responsables de crianza y cuidado de niños y adolescentes.	Espacios de reflexión con especialistas donde se comparten herramientas para mejorar la comunicación familiar, reforzar vínculos afectivos, establecer límites en forma positiva, gestionar emociones, entre otras habilidades para prevenir el consumo de drogas y violencias en las familias.	<ul style="list-style-type: none"><li>- Drogas: efectos y consecuencias</li><li>- Factores de protección en la familia</li><li>- Prevención del abuso de alcohol</li><li>- Prevención de la violencia familiar</li><li>- Disciplina efectiva en la familia</li><li>- Comunicación familiar asertiva</li><li>- Vínculos y afectos en la crianza familiar positiva</li><li>- Habilidades para la vida y valores</li></ul>
<b>Cursos de capacitación para personas estratégicas</b>	Personal docente, de salud, de seguridad, líderes comunitarios y cualquier otra persona o grupo que tenga interés en la prevención de adicciones y promoción de la salud en su entorno.	Espacios de formación y acompañamiento para realizar acciones de prevención y detección de señales de alerta relacionadas con consumo de drogas, afecciones de salud mental y violencias, para su derivación y atención oportuna en servicios de atención especializada.	<ul style="list-style-type: none"><li>- Drogas y adicciones</li><li>- Salud mental</li><li>- Detección temprana</li><li>- Derivación oportuna</li><li>- Red de atención especializada en salud mental y adicciones</li><li>- Planes de acción preventiva</li><li>- Formación socioemocional en el contexto escolar</li></ul>
<b>Programa de prevención de adicciones y salud mental en centros de trabajo</b>	Trabajadores/as, directivos/as, comités de seguridad e higiene, personal de salud del centro de trabajo, sindicatos, familiares de los trabajadores.	Conjunto de estrategias que favorecen la salud, el bienestar y el clima organizacional en los centros de trabajo, además de la identificación y actuación ante riesgos psicosociales como el estrés, la violencia laboral, depresión y consumo de drogas en el marco de la NOM 035-STPS-2018.	<ul style="list-style-type: none"><li>- Identificación de riesgos psicosociales en el lugar de trabajo</li><li>- Hábitos saludables y desempeño laboral</li><li>- Salud emocional en el trabajo</li><li>- Habilidades socioemocionales para el bienestar laboral</li><li>- Prevención del estrés laboral</li><li>- Riesgos del consumo de tabaco y vapeo</li><li>- Prevención del abuso de alcohol</li><li>- Impacto de las violencias sobre la salud emocional y el clima laboral</li></ul>



SERVICIO	POBLACIÓN	DESCRIPCIÓN	EJES/ TEMAS
<b>Detección de señales de alerta asociadas al consumo de drogas, depresión, ansiedad y riesgo suicida para su derivación y atención oportuna</b>	Grupos de personas mayores de 12 años.	Mediante el uso de herramientas e instrumentos estandarizados y sistemas automatizados, especialistas de CIJ realizan la identificación de indicadores de riesgo relacionados con consumo de drogas y afecciones de salud mental para facilitar estrategias de prevención o tratamiento integral.	<ul style="list-style-type: none"><li>- Identificación de factores de riesgo e indicadores de consumo de tabaco, alcohol, otras drogas, violencias; depresión, ansiedad, comportamiento suicida</li><li>- Proceso de derivación oportuna</li><li>- Red de atención especializada en salud mental y adicciones</li></ul>
<b>Consejo breve para evitar o reducir el consumo de drogas</b>	Personas de 15 a 29 años que han consumido drogas.	Apoyo psicológico y consejería para personas que han usado sustancias psicoactivas y quieren reducir su consumo y/o dejar de fumar, beber o usar otras drogas.	<ul style="list-style-type: none"><li>- Información sobre drogas, efectos, daños y consecuencias</li><li>- Valoración de cantidad y frecuencia del consumo de drogas</li><li>- Análisis de causas del consumo y de "ventajas"/desventajas</li><li>- Metas para reducir o suprimir el consumo</li><li>- Acciones de afrontamiento para reducir o suprimir el consumo</li><li>- Identificación y afrontamiento de obstáculos para alcanzar las metas de reducción o abstinencia del consumo</li></ul>
<b>Consejería: Bienestar emocional en el embarazo</b>	Mujeres mayores de 12 años, embarazadas o lactantes, que planean embarazarse o con hijos menores a 3 años.	Sesiones para promover recursos de apoyo para afrontar el malestar emocional y prevenir el consumo de drogas en el embarazo y lactancia.	<ul style="list-style-type: none"><li>- Salud mental y emocional en el embarazo</li><li>- Drogas y adicciones: Riesgos en el embarazo y la lactancia</li><li>- Afrontamiento de las causas de consumo</li><li>- Redes de apoyo y bienestar emocional en el embarazo y posparto</li></ul>